



あそびヨーガ

6月 27日(土)

10:00 AM ~ 11:30 AM

ぱぱ・ママ・じじ・ばば家族で子供との絆を深めましょう。
ヨガを遊び感覚で楽しく行います。ヨガは子供の健やかな成長を手助けしてくれます。後半家族だけのヨガもあります。こどもたちはお姉さんお兄さんたちが遊んでくれるよ♪

ヨガ講師：ヨガインストラクター 上野昌代先生

場所：港南学区コミュニティ防災センター

対象：未就学児とその家族

会費：一家族 500 円

持ち物：動きやすい服装・あればヨガマット

定員：15 家族（先着）

応募締め切り：6 月 25 日(木)

申し込み・お問い合わせ

連絡先：ベビーマッサージを楽しむ会 保科（ほしな）

電話：090-2888-7831

Facebook ページ 【あ～ゆるいくじ】

www.facebook.com/ayur.ikuji